

શ્રીગોપીજન વલ્લભાયનમઃ સૂક્ષ્મ પ્રાતઃ સંધ્યા.

Short and effective Morning Prayer
for

The Twice born Vaishnavas.

યોઽધીતેઽહન્ય હન્યે તાં સ્ત્રીણિ વર્ષાણ્ય તન્દ્રિતઃ
સ બ્રહ્મ પરમ મ્યેતિ વાયુ ભૂતઃ સ્વ મૂર્તિમાન્ ॥

મ. અ. ૨^{જા}ક ૮૨

ભાવાર્થ—જે પુરુષ આજીવન ત્યાગ કરી, ત્રણ વર્ષ સુધી વિધીપૂર્વક સપ્રેમ ગાયત્રી ગાન કરે છે તે વાયુ રૂપ થઈ શકે એટલે મરુતમાં આવે ત્યાં જઈ શકે છે. આકાશના જેવો વ્યાપક થઈ શકે છે અને પરબ્રહ્મને પામે છે.

વિ. સં. ૧૬૫૩ } ચ. જે. પુ. મા. પુસ્તકાલય.
કઢા. (નિધ.)

લેખક તથા પ્રસિદ્ધકર્તા,

માસ્તર મુંદરલાલ વીરભાનુ—હંડા.

શા. સોમાશાસ્ત્ર મંજણદાસે પોતાના ધી ગુજરાત પ્રીન્સીપ
પ્રેસમાં પ્રાપ્ત્યું. પાંચકુવા રીઝીસેડ—અમદાવાદ.

પ્રત ૫૦૦

પ્રથમાવૃત્તિ

શ્રીગોપીજન વલ્લભાય નમઃ ઉપોદધાન.

ઇશ્વર પ્રણીત વેદોક્ત સંસ્કારને પામેલા એવા ઉત્ત-
મોત્તમ બુદ્ધિ સમ્પન્ન આર્ય દ્વિજોને વિદિતજ છે કે સંધ્યા
વંદન કયા વિના ઉપનયન સંસ્કારવાળો પુરૂષ શૂદ્રત્વને
પામે છે. પરમાત્માની કૃપાથી અને સત્પુરૂષોની પ્રેરણાથી
હવે દ્વિજ જાતિમાં સંધ્યા વંદન કરવાની કિંચિત્ મનઃકા
પ્રકટી નીકળી છે, જેને પૂર્ણ કરવા વિવિધ પ્રયત્નો પણ
થઈ રહ્યા છે.

પ્રિય વાંચકો ! આ તમોગુણુ પ્રધાન કળિકાળમાં
મનુષ્યોને અવકાશ ઘણો નહિ મળવાને લીધે તેઓને પ્રમા-
ણભૂત એવી “ સૂક્ષ્મ સંધ્યા ” શીખડાવવાનું શુભ પ્રયત્ન
કરવો જોઈએ જેથી તેઓ પ્રસન્ન ચિત્ત વડે કંટાળા વગર
સંધ્યારંભ કરે અને એવી રીતે તેઓની મનોવૃત્તિ એવા
આવશ્યક કર્તવ્યમાં સંલગ્ન થવાથી બુદ્ધિ નિર્મળ થઈ
શકશે. શ્રીકૃષ્ણ કૃપા વડે એવી, બુદ્ધિશોધક સૂક્ષ્મ સંધ્યા
શીખડાવવાનું શુભ પ્રયત્ન ધૈ. ચ. જે. પુષ્ટિમંજીય પુસ્ત-
કાલય કઠામાં થઈ રહ્યો છે. ઘણા પુરૂષોનો એવો વિચાર
થયો કે આ સૂક્ષ્મ સંધ્યા ગ્રંથાકારે બાહ્યેર પ્રકટ થાય તો
ઘણાઓને લાલ થાય, એજ ઉદ્દેશથી આ સંધ્યાગ્રંથનું અવ-
તરણ કરવામાં આવ્યું છે. મા. મુંદરલાલ વીરભાનુ.

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ગુજરાતી કૌપીરાઈટ વિભાગ]

અનુક્રમાંક ૬૮-૮૩ વાર્ષિક

પુસ્તકનું નામ સુફિય પ્રાતઃ સંધ્યા

વિષય પૃ ૨૨: ૪ ૬૪૬

શ્રી કૃષ્ણાય નમઃ

“ અથ પ્રાતઃ સંધ્યા. ”

“ સંધ્યા ” આ “ સંધિ ” શબ્દમાંથી નીકળ્યો છે. “ સંધિ ” એટલે યોગ અથવા મેળાપ. આ પ્રાતઃસંધ્યા, જે વખતે અંધકારમય રાત્રીનો મેળાપ રમણિય દિવસ સાથે થાય છે તે વખતે કરવી જોઈએ; એટલે સૂર્યોદય-થી આગળ. જે વખતે સંધ્યા કરવા સાડ આસન ઉપર બેસવું તે વખતે એવી ભાવના કરવી કે મહાર્ મન અજ્ઞાનરૂપી અંધ રાત્રીમાંથી નીકળી જ્ઞાન-પ્રેમસ્વરૂપ-શ્રીકૃષ્ણરૂપી-અપ્રાકૃત દિન પ્રભામાં પ્રવેશ કરે છે.

આ સંધ્યા ગ્રંથમાં મન્ત્રો તેઓનો ભાવાર્થ અને મન્ત્રોનો અર્થ ધ્યાનારૂઢ થાય તે સાડ કોષ રીત્યા પદાર્થ આપ્યો છે; અને વિધી તો કોઈ સારા અનુભવી પાસેથી શીખવાથી કૃપાહાયક થશે.

૧. દેશ શુદ્ધિકારક મંત્ર.

ॐ અપવિત્રઃ પવિત્રો વા
સર્વાં વસ્થાં ગતો પિવા ।

યઃ સ્મરેત્ પુંડરી કાક્ષં
સ બાહ્યાભ્યંતરઃ શુચિઃ ॥

ભાવાર્થ—પવિત્ર અથવા અપવિત્ર કોઈ પણ અવ-
સ્થામાં મનુષ્ય હોય તો પણ જો કદી શુદ્ધ ભાવથી કમ-
ળનયન શ્રીકૃષ્ણનું નામ સ્મરણ કરે તો અંતર અને
બાહ્યરથી પરમ પવિત્ર થાય છે.

આચમન.

ૐ કેશવાય નમઃ સ્વાહા

ૐ નારાયણાય નમઃ સ્વાહા

ૐ માધવાય નમઃ સ્વાહા

હસ્ત પ્રક્ષાલન.

ૐ ગોવિંદાય નમઃ

શિખા બંધનમ્.

૨. ગાયત્રી મન્ત્રઃ

ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ ।
ધિયો યોનઃ પ્રચોદયાત્ ॥

ભાવાર્થ—સકળ સૃષ્ટિ ઉત્પતિ કર્તા પરબ્રહ્મ શ્રી કૃષ્ણનું અનુપમ પ્રકાશ જે પરમ સેવનીય છે તેનું અમે ધ્યાન ધરીએ છીએ જે અમારી બુદ્ધિને શ્રેષ્ઠ કોમાં પ્રેરે.

૩. પ્રાણાયામ મન્ત્ર:

ૐ મૂઃ ૐ ભુવઃ ૐ સ્વઃ ૐ મહઃ ૐ જનઃ ૐ તપઃ
ૐ સત્યં ૐ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ ધિયોયોનઃ
પ્રચોદયાત્ ॥ ૐ આપો ડ્યોતિ રસોમૃતં બ્રહ્મ ભૂર્ભુવઃ સ્વર્ગમ્ ॥

ભાવાર્થ—પરમાત્મા શ્રી કૃષ્ણની પરમ સેવનીય, પરમ ધ્યેય પ્રમા સર્વ લોકમાં વ્યાપક છે તે અપ્રાકૃત પ્રમા જ્ઞાનસ્વરૂપ, જ્યોતિસ્વરૂપ, રસસ્વરૂપ અને અમૃત-સ્વરૂપ છે. પ્રાણાયામ કરતી વખતે અંતર અને બહાર હરેક તત્વમાં બલિષ્ઠ બ્રહ્મભાવ કરવો.

૪. સંકલ્પ મન્ત્ર:

ૐ મમોપાત દુરિતક્ષયાર્થે પ્રાતઃ સંધ્યોપાસનમહં કરિષ્યે ॥

ભાવાર્થ—મનના દ્રઢ નિશ્ચય સાથે સંકલ્પ કરવા કે હું મહારા સમગ્ર પાપ ભસ્મીભૂત કરવા સાથે પ્રાતઃ સંધ્યા કરું છું.

૫. આચમન મન્ત્ર:

ૐ મૃર્યશ્ચ મામન્યુ શ્ચ મન્યુપતય શ્ચ મન્યુ કૃતેભ્યઃ ॥
 પાપેભ્યો રક્ષન્તાં ॥ યદ્રાત્ર્યા પાપમર્કાર્ષ મનસા વાચા હસ્તાભ્યાં
 પદ્મયામુદરેણ શિશ્ના ॥ રાત્રિ સ્તદવલુમ્પતુ ॥ યત્કિંચિદુરિતં
 મયિ ॥ इदमहम् मामृतयोनौ मूर्य्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥

ભાવાર્થ--સૂર્ય-યજ્ઞ, ઇન્દ્રાત્મક બ્રહ્મ, મહને ક્રોધ
 સર્પથી દૂર કરે, રાત્રીમાં મેં જે પાપો મન, વાણી, હસ્ત,
 ઉદર અને શિશ્ન સાથે કીધાં હોય તેઓ નષ્ટ થાઓ
 અને જે અન્ય પાપો મહારી અંદર છે તેઓ પણ હવે
 થાઓ આ મારા હાથમાં જે જળ છે તે મારા હૃદય-
 કમળની અંદર અમૃતયોનિ-જ્યોતિસ્વરૂપ-સૂર્યાગ્નિમાં
 હવન કરું છું અને આ મહારો હવન ફળીભૂત થાઓ
 એટલે ફરીથી હું પાપ નહિ કરું.

ૐ કેશવાય નમઃ સ્વાહા ૐ નારાયણાય નમઃ સ્વાહા
 ૐ માધવાય નમઃ સ્વાહા ॥ (ૐ ગૌવિદાય નમઃ)

૬. માર્જન મન્ત્ર.

ૐ આપો હિષ્ટા મયો ભુવઃ ॥

ૐ તાન ઝર્જે દધાતન ।'

ૐ મહેરણાય ચક્ષસે ॥

ૐ યોવ શિવ તમો રસસ્ ॥

ૐ તસ્ય ભાજય તેહનઃ ॥

ૐ ઊશ તીરિવ માતરઃ ॥

ૐ તસ્મા અરંગ મામવઃ ॥

ૐ યસ્ય ક્ષયાય જિન્વથ ॥

ૐ આપો જન યથાચન ॥

ભાવાર્થ—હે જળરૂપ બ્રહ્મ આપ સુખદાતા છે, આપ કૃપા કરી અમને પુષ્ટિકારક અન્ન દાન કરો, આપના હર્શનાર્થ સામર્થ્ય આપો. હે બ્રહ્મરૂપ જળ જેવી રીતે માતા સ્વબાળકને દૂધપાન કરાવી તેને પોષે છે તેવીજ રીતે આપ કલ્યાણકારી રસથી અમને પોષો, જે રસના એક અંશથી આપ જગતને તૃપ્ત કરો છે તે રસથી અમે સદા તૃપ્ત રહીએ.

૭. અધર્મર્ષણ મન્ત્રઃ

ૐ દ્રુપદાદિવ મુમુચાનઃ સ્વિન્નઃ સ્નાતો મલાદિવ ॥ પૂતં પવિત્રેણ વાજ્યમાપઃ શુન્ધન્તુ મૈનસઃ ॥

ભાવાર્થ—અને જેવી રીતે શરીરમાં પરસેવો આવવાથી મનુષ્ય સ્નાનથી શુદ્ધ થાય છે, અને ઘૃત તપા-

વવાથી શુદ્ધ થાય છે તેવીજ રીતે હે જળરૂપ બ્રહ્મ
અમને શુદ્ધ કરો.

અગ્રમર્ષણ મંત્ર પછી ગાયત્રી મંત્ર વડે સૂર્યને
ત્રણ અર્ચ્યા આપવા.

આચમન.

ૐ કેશવાય નમઃ સ્વાહા ૐ નારાયણાય નમઃ સ્વાહા

ૐ માધવાય નમઃ સ્વાહા ॥

(ૐ ગોવિંદાય નમઃ)

૮. સૂર્ય ઉપસ્થાન.

ૐ ચિત્રં દેવાનામુદ્ ગાદનીકં શ્ચક્ષુર્મિત્રસ્ય વરુણ સ્યાગ્રઃ ॥

આપાદ્યાવા પૃથ્વી મંતરિક્ષઃ સૂર્ય આત્મા જગતસ્તસ્થુષશ્ચ ॥

ભાવાર્થ—સમગ્ર જગતના નેત્ર સ્વરૂપ કાંતિમય

કિરણ પુંજ અને સ્વર્ગ, પૃથ્વી અને આકાશને સ્વ-

કિરણો સાથે વ્યાપ્ત કરનાર અને સ્થાવર જંગમ વિ-

શ્વના અંતર્યામી એવા સૂર્ય-બ્રહ્મ આપ આશ્ચર્ય યુક્ત

ઉદ્દય થઈ અમારા અજ્ઞાન અંધકારને હરણ કરી દ્યો.

૯. ગાયત્રી સ્વરૂપનું સ્મરણ.

ૐ તેજોસિ શુક્ર મસ્યમૃતમાસિ ધામ નામાસિ પ્રિયં દેવા-

નામના ધૃષ્ટં દેવયજનમાસિ ॥

ભાવાર્થ—હે ગાયત્રી સ્વરૂપ પરબ્રહ્મ આપ સર્વ પ્રકાશના કારણ છે આપ અપ્રાકૃત પ્રકાશ સ્વરૂપ છે, આપ અવિનાશી છે આપ મન સાથે ધ્યાન કરવા લાયક છે, આપના ભક્તોના મંગળ દર્શન કરીને તેઓને સુખ મનુષ્યો નમે છે, આપ દેવ પ્રિય છે આપનું દેવતાઓ યજન કરે છે.

તત્પશ્ચાત્ ગાયત્રી મંત્રનું જપ.

૧૦ પછી સંકલ્પ મંત્ર.

अनेन प्रातः संध्यामुख्येन कर्मणा भगवान् सर्वात्मक प्रियतां नमम ॥

ભાવાર્થ—નિઃકામ વૃત્તિથી કરેલો આ પ્રાતઃ સંધ્યા કર્મ સર્વાત્મા ભગવાનને પ્રિય થાયો.

ॐ केशवाय नमः ॐ माधवाय नमः ॐ नारायणाय नमः
स्वाहाः ॥

(ॐ गोविन्दाय नमः)

ॐ तत्सत् श्रीकृष्णार्पणमस्तु

॥ ॐ शान्तिः ॥

અર્થ સહિત વાક્યાવલિ.

૧. મન્ત્ર:

ૐ—અક્ષર બ્રહ્મ.

સર્વાવસ્થાંગતોપિવા—બધી અવસ્થાઓમાં.

યઃ—જે.

સ્મરેત્—સ્મરણ કરે છે.

પુંડરીકાક્ષં—કમલ નયન શ્રી કૃષ્ણ.

સ—તે.

વાચ્ય—બહાર.

અભ્યંતર—અંદર.

શુચિઃ—પવિત્રતા.

૨. ગાયત્રી મન્ત્ર:

મૂઃ—લોકનું નામ.

બુવઃ—લોકનું નામ.

સ્વઃ—લોકનું નામ.

સાવિતુ—પેદા કરનાર.

દેવસ્ય-પર અભ્યનું.

તત્-તે.

વરેણ્ય-સેવનીય.

ભર્ગઃ-પ્રકાશ.

ધીમહિ-ધ્યાન ધરિએ છીએ.

યઃ-જે.

નઃ-અમારી.

ધિયઃ-બુદ્ધિને (ઉત્તમ કર્મોમાં)

પ્રચોદયાત્-પ્રેરે.

૩. પ્રાણાયામ્ મન્ત્રઃ

આપઃ-જળ સ્વરૂપ.

જ્યોતિઃ-જ્યોતિ સ્વરૂપ.

રસઃ-રસરૂપ.

અમૃતમ્-મોક્ષરૂપ.

બ્રહ્મ ભૂર્ભુવઃ સ્વરોમ્-ભૂઃ ભુવ, સ્વ વગેરે સર્વ લોક અભ્ય-
રૂપ છે.

४. संकल्प मन्त्रः

ममः—भूहारा.

पात—पापे.

दुरित—पाप.

प्रातः—सवार.

संध्या—संध्या.

उपासनम्—उपासना, भक्ति.

अहं करिष्ये—हुं कर्ं 'छं'.

५. आचमन मन्त्रः

सूर्य—सूर्य—ब्रह्म.

मन्यु—यज्ञ.

मन्युपतयः—यज्ञपति.

मन्युकृतेभ्य—होधिथी थयसां.

पापेभ्यः—पापेथी.

मा—भूहारी.

रक्षन्तां—रक्षा करे.

यत्—जे.

रात्र्यां—रात्रीभां.

મનસા-મનથી.

વાચા-વાણીથી.

હસ્તાભ્યાં-બે હાથોથી.

પદ્મયાં-પગોથી.

ઉદરેણ-પેટથી.

શિક્ષા-શિક્ષથી.

અકાર્ષ-પ્રાપ્તિ છે.

તત્-તે.

અવલુપ્તુ-નષ્ટ કરે.

યત્કિંચિત્-જે કંઈ.

દુરિતં-પાપ.

મયિ-મહારામાં.

इदं आपः-આ જળ.

अहं-હું.

अमृतयोनौ-અમૃતની યોનિ.

ज्योतिषि-જ્યોતિ સ્વરૂપ.

सूर्य-સૂર્યમાં.

जुहोमि-હવન કરું છું.

स्वाहा-શોભન થાયો; સફળ થાયો.

૬ માર્જન મંત્ર.

આપ:-જળ.

હિ-જે કારણથી.

મયોદુવ:-સુખદાતા.

સ્થ-હો તે કારણથી.

ન:-અમે.

ઉર્જે-ખળવાન અમ્મના.

દધાત્-આપનાર.

મહેરણાય-મહા રમણિય વ્રહ્મના.

ચક્ષસે-દર્શન યોગ્ય કરો.

ઉશતી:-પુત્ર સુખ ઇચ્છનારા.

માતર ઇવ-માતા સમાન.

યોવ:-જે તમારા.

શિવ તમો રસ:-કલ્યાણકારી રસ.

ઇહ-આ લોકમાં.

તસ્યભાજયત-તે રસના ભોગી.

ન:-અમને.

આપ:-હું જળ.

યસ્ય જ્ઞાયાય જિન્વથ-જે રસનાં એક અંશથી આ જગ-
તને તૃપ્ત કરો છે.

તસ્મા અરંગ મામવ:-તે રસથી અમે સદા તૃપ્ત રહીએ.
આપો જન યથાચન:-હે જળ, આપ અમને તે રસ ભો-
ગવવા સમર્થ કરો.

૭ અઘર્મર્ષણ મંત્ર:

દ્રુપદાદિવ મુમુક્ષાન:-પાદુકા ઉતારી નાંખવાથી જેમ ઉ-
પાધિ રહીત થવાય છે.

સ્વિન્નઃ સ્નાતઃ મલ્લાદિવ-સ્નાન કરવાથી પરસેવો નીકળી
જાય છે.

પવિત્રે વાજ્યમ્-ધૃત જેવી રીતે તપાવવાથી શુદ્ધ થાય છે.
આપઃ શુન્ધન્તુ મૈનસઃ-જળ મને પવિત્ર કરો.

૮. સૂર્ય ઉપસ્થાન મંત્ર

ચક્ષુર્મિત્રસ્ય વરુણ સ્યાન્નેઃ-અગ્નિ, મિત્ર, વરુણ, દેવતાઓના
નેત્ર રૂપ.

દેવાનાં અતીકં-પ્રદાશમય કિરણ પુંજ.

આપ્રાચ્યાવા પૃથ્વી મંતરિક્ષ :-સ્વર્ગે, પૃથ્વી, આકાશનાં
પોતાના કિરણોને પ્રસારે છે.

જગતસ્તસ્યુષ્ણ આત્મા-સ્થાવર જંગમ વિશ્વના અંતર્યા
ચિત્રં ઉદ ગાત-આશ્ચર્ય સહિત ઉદય પામે છે.

૧. ગાયત્રી સ્વરૂપ.

તેજોસિ-તેજ સ્વરૂપ છે.

શુક્રમસિ-પ્રકાશ સ્વરૂપ છે.

અમૃતં અસિ-અવિનાશી છે.

આમ્ર-દ્યેય છે.

નામ અસિ-પ્રભાવશાળી છે,

દેવાનાં અનાદૃષ્ટં પ્રિયં અસિ-દેવતાઓને સર્વોત્તમ પ્રિય છે.

દેવ યજનં અસિ-દેવ પૂજ્ય છે.



